

MP w Biegach Narciarskich

Data publikacji: 23.03.2013 14:20

Mistrzami Polski w biegach długich zostali dziś Agnieszka Szymańczak (LKS Klimczok Bystra) i Jan Antolec (LKS Poroniec Poronin). Zawody kobiet na 5 km i mężczyzn na 10 km prowadzono techniką dowolną. Był to drugi dzień mistrzostw Polski w biegach narciarskich 2013, rozgrywanych na trasach Istebnej-Kubalonki.

31 zawodniczek i 42 zawodników stanęło na starcie w drugim dniu mistrzostw Polski w biegach narciarskich. Bieg kobiet na 5 km oraz bieg mężczyzn na dwukrotnie dłuższym dystansie (oba techniką dowolną) toczyły się w niewiele lepszych warunkach niż wczoraj. Na Kubalonce znów królował gęsto padający śnieg, mgła, a także silny wiatr. Temperatury spadły poniżej zera (ok. - 5 stopni Celsjusza).

Drugi złoty medal na tych mistrzostwach zdobyła Agnieszka Szymańczak. Zawodniczka klubu LKS Klimczok Bystra o 2,1 sekundy wyprzedziła Paulinę Maciuszek (LKS Poroniec Poronin) i o 10,4 sekundy Sylwię Jaśkowiec (LKS Hilltop Wiśniowa-Osieczany).

Szymańczak jeszcze wczoraj zastanawiała się, czy ze względów zdrowotnych nie odpuścić dzisiejszego startu, a tymczasem po raz drugi z rzędu zdobyła złoty medal mistrzostw Polski. – **Nie spodziewałam się tego złota. Rozdzieliłam w głowie medale i mówiłam, że jeśli będzie brąz, to będę zadowolona. Na trasie wiedziałam już, że walczę o srebro, a tymczasem... wyszło złoto! Jestem bardzo z tego zadowolona. Od początku do końca biegłam ile sił w nogach. Na dwóch ostatnich kilometrach wydusiłam z siebie jeszcze więcej niż się spodziewałam i stąd tak dobry wynik** – tłumaczyła mistrzyni biegu na 5 km.

Również wśród mężczyzn medale zdobyli wyłącznie zawodnicy kadry A. Triumfował Jan Antolec z LKS Poroniec Poronin, srebro wywalczył Paweł Klisz z LKS Klimczok Bystra (strata 19,9 sekundy), a brązowy medal powędrował do wczorajszego zwycięzcy sprintów Macieja Staręgi z UKS Rawa Siedlce (strata 42,4 sekundy).

- **Rano wstałem z myślą, że to będzie mój dzień i tak się właśnie stało. Jestem bardzo zadowolony z tego biegu, to moje pierwsze złoto tej zimy. Łyżwa to mój styl** – komentował Antolec. - **Warunki były dziś bardzo trudne, mroźne. Ciężko było dobrze dobrać narty. Każdy w klubie wybrał coś innego, wydaje mi się, że moja decyzja co do smarów była dobra. Po raz pierwszy biegliśmy tutaj 5-kilometrową pętlę. Jest trudna, wymagająca, ale myślę, że podołaliśmy. Przed biegiem masowym na 30 km nastawiam się dobrze, bo lubię długie dystanse. Zapowiada się ciekawa rywalizacja między kadrą A i młodzieżową.**

Zawody ocenił trener kadry A Janusz Krężelok. - **Nie jestem zaskoczony wynikami zawodów. Ci biegacze i biegaczki, którzy dziś zdobyli medale, są w zbliżonej formie i zwykle wymieniają się prowadzeniem. Miałem podobne typy przed zawodami. Liczą się niuanse – lepszy dzień, smary. Trasa była selektywna, a warunki dość trudne – silny wiatr i trochę tępy śnieg. Dla wszystkich było jednak tak samo. Jak będzie podczas biegów masowych? Wszystko zależy od warunków. Na pewno ważne będą zmiany nart. Nie spodziewam się samotnej ucieczki na pierwszych kilometrach. Na początku szarpać raczej nikt nie będzie, scenariusz z biegu na 50 km na mistrzostwach świata w Val di Fiemme nie powinien się powtórzyć.**

Dzisiaj (23.03.2013) dzień przerwy w mistrzostwach Polski w biegach narciarskich. W niedzielę 24 marca rozegrane zostaną biegi masowe techniką klasyczną (15 km kobiet i 30 km mężczyzn).

Pisaliśmy: [Biegiem na Kubalonkę>>>](#)

[ZOBACZ FOTOREPORTAŻ>>>](#)

